

## 地域の活動紹介



### むつみ会～衡中地区～



3年ほど前に手芸好きなメンバーが集まり、むつみ会は結成されました。毎月2回、4人のメンバーが集会所に集まり、手芸を中心にお料理やお菓子作りなどもしています。集まるとまずはお茶のみをしながらおしゃべりが始まり、同年代ならではの悩みを相談したり、アドバイスをしたり話題は尽きません。お裁縫は洋服、バッグ、小物、そして編み物などそれぞれに得意分野があり、それぞれが先生になって教え合っています。お昼にはみんなで持ち寄ったお弁当で昼食会。みんなで集まり、楽しく会話しながら活動することが元気の源。無理はしない、自分たちのペースで活動することをモットーにずっと長く続けていきたいと語る皆さんのニコニコ笑顔がとても印象的でした♪



素敵な作品の数々



左から黒須さん、菅原さん、西條さん、遠藤さん  
自作の洋服ステキです！



持ち寄った手料理でお昼ご飯

## 地域包括支援センターからのお知らせ

### 元気アップ教室 利用者募集について



地域包括支援センターでは、基本チェックリスト（生活機能評価）該当者及び要支援1・2の方を対象に、「元気アップ教室」を毎週金曜日に開催しています♪こちらの教室は、理学療法士の先生の指導のもと身体を動かし、介護予防を実践できる教室です。運動したいけど続かない、足腰の筋力を維持していつまでも健康でいたい等々の想いをお持ちの方々、是非一緒に運動してみませんか？  
まずは地域包括支援センターまでご連絡ください☆

【連絡先】☎739-7411



大衡村社会福祉協議会のホームページでは事業の紹介・決算の報告等について掲載しています。こちらもぜひご覧ください。  
<http://shakyo-ohira.com>



(発行編集)  
社会福祉法人 大衡村社会福祉協議会  
〒981-3602 大衡村大衡字平林62番地  
(大衡村地域活動支援センター内)  
TEL (022) 345-6631  
(022) 739-7411 (包括直通)  
FAX (022) 345-6656

✉E-mail: oohira-shakyo1@sepia.ocn.ne.jp

#### 広報部会

部会長	文屋 栄悦
副部会長	渡邊 要治
委員	佐竹 由加
委員	早坂 繁利
委員	齊藤 秀和

※おおひら社協だよりは主に横書きになっているため左開きを採用しています。